

Mésestimée, la douleur chronique touche 20 % de la population

Santé Sous-estimés et incompris, les “douloureux chroniques” mériteraient une prise en charge mieux coordonnée et multimodale, selon les experts du KCE qui publient un rapport à ce propos ce jeudi.

Complexe, invisible et souvent incomprise, la douleur chronique est une problématique fréquente qui toucherait une personne sur cinq dans la population adulte d'après les estimations internationales. Et en particulier les personnes déjà confrontées à d'autres problèmes de santé physique ou mentale. Lourde de conséquences pour les patients, leurs proches mais aussi la société dans son ensemble, la douleur chronique – et plus spécifiquement sa prise en charge – fait l'objet d'un rapport publié ce jeudi par le Centre fédéral d'expertise des soins de santé (KCE), soucieux de gérer au mieux ce phénomène et améliorer la compréhension, que ce soit parmi les patients, les professionnels de santé ou plus largement tous les citoyens.

Algologue (spécialisée dans le domaine de la douleur chronique) et

coordinatrice du Centre de la douleur chronique des Cliniques Saint-Luc, le Pr Anne Berquin a été consultée dans ce cadre en tant qu'expert du terrain. *“Très globalement, il y a un énorme décalage entre les besoins et les moyens, nous a-t-elle dit. On estime que la douleur chronique concerne plus de 20 % de la population. Ce qui signifie que l'on rencontre des patients ‘douloureux chroniques’ partout alors que très peu de soignants sont formés correctement à l'accompagnement de ces personnes. Et cela prend du temps. Ce n'est finalement pas très technique, c'est surtout dans l'écoute, dans la revalidation, la remise en route, etc., qu'il faut investir.”*

Un investissement en temps mais aussi en argent. *“Ce domaine est très mal financé, estime l'algologue. Tant au niveau des soignants de première ligne, c'est-à-dire les généralistes qui rencontrent ces patients, qu'au niveau des spécialistes, des psychologues..., il*

manque de compétences et de financements.”

Pour une mobilisation générale

Pour le KCE, il est indispensable de mobiliser tous les acteurs concernés pour favoriser au maximum une prise en charge plurielle (ou “multimodale”) combinant des interventions non seulement biomédicales, mais aussi psychologiques et sociales.

Dans cette nouvelle étude, le Centre fédéral d'expertise des soins de santé a exploré les facteurs qui peuvent faciliter ou, au contraire, entraver la mise en œuvre efficace de ce modèle. Sur cette base, il propose des interventions couvrant neuf domaines d'action pour renforcer et mieux coordonner les nombreuses ressources qui existent déjà en Belgique.

“Neuf piliers interconnectés pourraient changer la donne et améliorer

Mécanismes sous-jacents

Une combinaison

Si la douleur joue normalement un rôle protecteur,

en nous avertissant d'un danger pour nous permettre d'y réagir de manière adéquate, on sait qu'elle n'est cependant pas toujours associée à une maladie ou à une lésion. Comme le rappellent les auteurs du rapport, la douleur peut reposer sur plusieurs mécanismes différents, ou sur une combinaison de ceux-ci. On distingue ainsi “la douleur nociceptive, qui accompagne une lésion, comme une blessure, une brûlure ou une inflammation sous l'effet d'une maladie; la douleur neuropathique qui est liée à une atteinte du système nerveux, provoquée par exemple par le zona ou par une complication neurologique du diabète; et la douleur nociplastique, qui est liée à un mécanisme d'hypersensibilisation se produisant lorsque le cerveau, en voulant nous protéger, interprète mal certains signaux”. Mais quel que soit le mécanisme sous-jacent, la douleur est toujours réelle, insistent les scientifiques, tout en précisant qu'elle peut être influencée par des facteurs très divers, comme notre mode de vie, notre niveau de stress ou de fatigue, nos relations bienfaitantes ou difficiles avec les autres, nos attentes ou nos convictions personnelles concernant la santé et la maladie, etc. **L. D.**



La douleur n'est pas mesurable et reste très subjective.